

摔 跤

中 島 貅

第一章 序 論

日本に於ける柔道・剣道・中国の摔跤・韓国のシルム・ソ連のサンボといった武道は戦闘の術として発生し発達してきたのであるが、永い歴史的過程を経て現在は人をつくり、人を生かす「道」として人々の共感を得ながら伝統的文化として位置づけられ、時には国際外交・国際親善としても大きな役割を果して来ているのが現状である。

唯、世界に於ける武術の起源・武術史の研究はまだまだ浅く、今後の大きな研究課題であろうと思う。

そこで今回は特に中国摔跤に焦点を当て、その起源や試合方法及びルールについて説明したいと思う。

第二章 摔跤について

その一、現在中国と他の国において、正式な試合項目に入れた摔跤は、いくつあるか。

摔跤は、世界において最もすぐれた体育運動の一つであり、地域の差異、民族的特徴及びその試合方法の異なることによって、摔跤の種類が極めて多いことである。不十分な調べであるが世界各民族において行なわれている摔跤は約30種類あり、その服装、わざ、勝負決定の基準等によって、摔跤は大体6種類に分けられている。

(一) 足を使わない技、下肢を掴まえてはいけない立ち摔跤、例えば、ウズ

ベルク摔跤とウイグル族摔跤等。

- (二) 足を使う技、下肢を掴まえてはいけない立ち摔跤、例えば、蒙古摔跤である。
- (三) 手、足を使う立ち摔跤、例えば、中国式摔跤。(日本の相撲等である。)
- (四) 足を使わない技、下肢を掴まえてはいけない立ち摔跤及び座り摔跤、例えば、古典式摔跤である。
- (五) 手、足を使う立ち摔跤と座り摔跤、例えば、自由式摔跤及び雲南撒尼族摔跤等である。
- (六) 手、足、及び関節を使う立ち摔跤、座り摔跤、例えば、柔道、相撲等である。

その二. あなたは、古代の摔跤を知っていますか。

中国は悠久な歴史を有する古い国であり、文字の記載と伝説によれば、四千年前の原始社会にはすでに摔跤があったという。当時、人々は生存を求めるため、自然界と戦い、また、部落間のトラブルの中で、自分の力、技巧を生かし、狩と、自衛を行なう過程によって、古代摔跤が生じたのである。南朝時代の任昉^{ジンポー}が著書した『述异記』の記録によれば、「奏、漢の間に蚩尤^{シウウミン}民は耳と両鬚が剣と矢の如き、頭に角があり、軒轅^{ケンエン}と戦う。角で防ぎ止め、敵は接近できず、今は冀州に蚩尤民に似ているような人々は数人あり、頭に角をかぶって互いに戦う漢造が角で戦うので、すべてを剣となり」という、宋の時代の陳暢^{チンヤウ}が書かれた「楽書」には「述异記」と同じような記録もある。「蚩尤氏^{シウウゴ}は、頭に角あり黄帝と戦う。角で人を刺す今は冀州には蚩尤戎という遊びがある、その民は、三々五々で、牛角をかぶって、戦い合う」という、この「蚩尤戎」は、中国古代の摔跤のことである、従って、中国の古代摔跤は黄帝時代に始まったと言えるだろう。

紀元前十一世紀、周の初め、摔跤を練兵軍事訓練として行なわれていた《礼記・月令》の記録によれば、嚴冬、天子が將軍、元帥に武を講じ、射撃、格闘を練習せよと命じるといふ、当時社会制度が低いため、兵器、射撃、車の運転、格闘等は、軍隊訓練の主要な課目であった。春秋戦国時代

は奴隸社会より封建社会へと移行した時期であった。列強が対陣し、互いに戦い合った、軍事訓練とする摔跤活動も大いに発展してきた。

秦漢期・摔跤は練兵の重要な手段とされるだけではなくて、祭日及び宮廷内の芸術として行なわれていた。秦が六ヶ国を統一した後「車が同じ軌道、本が同じ文字」という改革を行なった。摔跤も格闘術の一環として、改革された。《漢書・刑法志》の記録によれば、「春秋後、弱を滅びて、小を呑んで戦国せ併する、摔跤は角抵と名を変えた。《史記・季斯列佳》は「二世が甘泉にあい摔跤を行なって楽しませる」という、このため、秦が6ヶ国を統一した後摔跤を宮廷の娯楽項目に入れた、1975年湖北省江陵県鳳凰山にある秦のお墓から一つの木箱を出土した。その裏側に秦時代の摔跤が書かれていた(図1)。秦の末期から漢武帝にかけ半世紀中頃において摔跤は一時的に低迷になったが漢武帝の際、摔跤はまた盛んになってきた、「漢書・武帝紀」の記録では、規模が最も大きかった摔跤は2度あった1度は元封「三年の春」角をかぶって、格闘し、三百里(約150キロ)以外の所からも見に来た」もう1度は、元封6年の夏、人々が上京し、林平楽館に集ってそれを見る」という、河南省密県打虎亭2号東漢墓の壁画(図2)に当時の摔跤が描かれていた。

晋代から唐代にかけて、摔跤は民間にも、大いに親しまれてきた、よく、春、秋両季節において、試合を行なった《隋書、煬帝》の記録では、大業6年正月、「丁区、摔跤はあちこちにて、行ない、末迄に至った」《隋書・柳或》の伝説によれば、近年来、都邑の百姓が正月15日に必ずそれを行なうという。これは、摔跤運動はすでに民間に流行していることを説明した伝統的な元宵節の時には「天下の有名人が集り、摔跤を行なう」という唐の時代、元宵節だけでなく、七月十五日中元の時にも試合を行なった、試合の際、太鼓を叩きながら、応援することにもぎやかであった、帝王は見るだけではなくて、また摔跤の有名人でもあった。《新五代史・季存覧伝》の記録では、「存覧…少年は軍の卒で摔跤を好む」「庄宗が位についた、存覧を右武衛將軍に命じる、庄宗も摔跤を好むので常にそれを行なう、庄

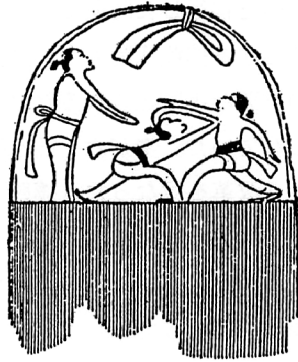


図 1



図 2

宗が自分の願望を実現させるために季存覧を摔跤軍の節度使に任命した。

秦漢以来の摔跤は力によって行ないまた手で打つ、足で蹴り飛ばす等もできる、又さまざまなわざを使って相手を倒す、五代時期に至って摔跤は大きな進歩があった、当時、石顔能、王愚子、謝健、季存覧等、みな摔跤の有名人であった中国で始めて、摔跤に関する《色協記》という本は、そ

のときに、書かれたものでその中に詳しく中国古代の摔跤の発展を紹介している。

宋朝の成立、五代十国の封建史を結束した、宋代は摔跤を「相撲」といい当時、宮廷内に専門的な摔跤グループを設けていた、《都城紀勝・瓦舍众伎》の「相撲」によると、相撲は遊び方として行なわれているもので、それぞれの流派があったという、宋代の摔跤は手で相手を打ってはいけないその目的は相手を倒すことにあり。試合には完全なルールがあり、また応援もあった。

総じて、中国の摔跤は悠々な歴史を有しているので。時代の変遷によって摔跤のわざ、規則及び応援方法も次第に完成され、現代の中国式摔跤に発展してきたのである。

その三、中国の封建王朝は宮廷内にプロ摔跤組織を設けたことがあるそう
でその内容は次のようであった。

摔跤は昔、練兵課目として行われていたものであり、秦漢以来、練兵として行なわれていただけではなく、正式に宮廷の娯楽項目に取り入れられたのである。当時数多くの帝王がそれを好んでいた、唐穆宗は「摔跤と雑技を好んだ（旧唐書・穆宗紀）、唐敬宗「上御三殿、両軍を見、格闘技を教える、摔跤を夢中になり常に夜明け迄見る」（旧唐書、敬宗紀）唐の時代は政治が統一され、経済も繁栄で、摔跤はより一層発展していった。宋代は唐代の遺風を継承し、宮庭宴会の後、必ず摔跤を行なう（専門家）、摔跤は当時、宮廷内に設けていたものであり、宋代の「内等子」と清代の「善朴營」の集団がもっとも大きかったのである。選抜、管理、試験等の制度以外に昇進、昇給等の方法もあった。

宋代「内等子」のメンバーはみんな摔跤人でありその次に剣、棒人である。軍頭司に属され専門的に宮廷、又は祭日に行なうものであり、また毎日、練習を行っていた、《西湖老人繁勝録》の記載では『軍頭司内等子、毎晩相僕を練習し、剣、棒を使い、練習し合う』宋代「内等子」の編成、管理制度及び方法は《夢梁録、角拚》の記載では、「内等子」は計120名、

管理，教師4人を除き，摔跤人が18対，剣棒人が5対，摔跤人は上，中，下三つに分けている。上，中はそれぞれ5対，下は8対，すべて正式メンバーである。その他の35対は，予備メンバーである。「内等子」は，3年ごとに大きな試験があり，優勝者に金，食糧及び絹綿等の賞品を与える，また成績によって，昇進，昇給を行い不合格者は地方へ派遣し，「管営軍頭」による清代の「善朴營」は清廷八旗貴族子弟の摔跤を訓練する組織であるので，普通一般の人達は，参加することができないのである「善朴營」は左，右両翼に分けている，両翼には，それぞれ布庫（摔跤選手手）50名がいる。レベルによって，9段に分けている，また教習はその技術によって，5段に分けている。毎年師走28日に試合を行ない，試合は高級官吏が主催することになっていたのである。特別の摔跤場において行なうものであり，「布庫」が試合を行うときに，摔跤衣，を身につけ，腰帶を締め，長ズボンをはくのである。摔跤は，一回で勝負を決す，教習，布庫は，試合の成績によって，昇進，昇給されることがある。

その四．中国では何時頃から，全国的に摔跤の試合を始めたのか，

摔跤は中国において悠々な歴史を有するだけではなく，各民族の好のまれている体育運動の一つである，がこれを正式な競技種目に取り入れたのは，ここ数十年前から始まったものである。

解放前，中国において，かつて中国式摔跤試合を行なったことがあり，解放後，党と政府の配慮のもとで摔跤はその他の体育種目と同じようにすみやかな発展と向上を得たのである。

1953年，中国式摔跤は正式に競技種目に取り入れられた1956年，北京にて行なわれた全国摔跤選手権大会において，僧格（内^{モンゴ}蒙古），楊子明（天^{ヤンズミン}津），其木徳（内^{チムド}蒙古），宋保生（上^{ソンブオスン}海）等十名を中国の第1回中国式摔跤の運動選手の最高級称号を獲得した。中央体育学院（北京体育学院の前身）の生徒らは，この選手権大会にて，古典式摔跤と自由式摔跤を行なった。

第三章 古典式と自由式摔跤

1958年、北京にて、全国体育学院古典式摔跤、自由式摔跤の試合を行った。それ以来、古典式摔跤、自由式摔跤は正式に国家競技種目に取り入れられたのである。

1959年上海において、全国古典式摔跤、自由式摔跤選手権大会を行なった。22ヶ省、市、自治区の295名の選手が参加した。この選手権大会において、古典式摔跤選手章守律（北京）、陳福徳（北京）、朴鎮英（吉林）、其木徳（内蒙古）等十名選手と自由式摔跤選手、林冬明（北京）、王漢亭（河北）、王徳英（北京）、金洙泰（吉林）、賽力克（新疆ウイグル）等十名は第1回国際摔跤選手の最高級の称号を獲得した。（レスリング）

その五. 国際は何時頃から試合を始めたのか。

人類の発展に伴って時代の変遷によって、摔跤も次第に体育競技種目に変ってきたのである。では、国際上において、いつ頃から摔跤を競技種目として取り入れたのか、文献の記録によれば、紀元前704年、第18回古代オリンピックにはすでに摔跤試合があったという、当時、摔跤は人々に最もとも歓迎されていたものであり、オリンピックに参加するために、選手は一定期間の訓練を受けなければならない、試合は体重、等級を分けず、また時間の制限もなかったのである。負けたら、退りぞけ、勝ったら、続いて他の選手と試合を行なうのである。試合に参加する人数は、奇数であれば、相手のない選手は、「^{アイブイドニ}艾菲得尔」（不戦勝）といい、次の試合に出場することができる、試合が終った後、お祝いを行ない、必ず、勝者が主催する。祝いは夕刻から、翌朝迄続いた。

古代オリンピックがなくなった後、1500年を経て、現代オリンピックが誕生した。1896年に行なわれた第1回オリンピックにおいて、古典式摔跤が始めて、競技種目に入れられたのである、自由式摔跤は第3回オリンピックにおいて、競技種目に取り入れられたものである。1911年世界レスリング連盟を設立した、連盟の規定に基づいて、古典式摔跤と自由式摔跤及

び桑搏式を国際試合項目とした。

1954年5月20日、世界レスリング連盟は東京において代表者会議を開いた、中国レスリング協会が始めて正式会員に承認されたが、連盟は、「中華民国角力協会の名義」をもつ、台北にある台湾摔跤組織を承認したので、中国レスリング協会は、1958年8月19日世界レスリング連盟を脱退した、1974年8月28日、世界アマチュアレスリング連盟はトルコのイスタンブールにて行われた代表者会議において中国レスリング協会の権利を回復し、同時に、「中華民国角力協会」を取り消し、中国のレスリング選手は1981年9月に初めて、ユーゴスラビアにて行なわれた世界レスリング選手権大会に参加し、そして高文和が^{コウケンヘフ}48キロ級で第6位に入賞した。

その六、摔跤は身体にどんな利点があるのか。

摔跤は対抗性（勝負法）の強いスポーツであり、その目的は相手を倒すことにある、相手を倒すには手、腰、足部位の動作はよくバランスが取れるほかにまた相当な力を必要とする、力が強ければ、相手を簡単に倒すことができると言えるだろう。テスト・データーによると、同じ重量の選手を倒すには、180～190キロの力を必要とする、摔跤は、攻撃と防禦において、力を使うため、困難を克服し、勇気を出さなければならないことを要求されている、よく摔跤をやる人は、四肢が敏捷で、筋肉も発達し、弾力性にも、富んでいる。

摔跤はとても激しくて、一気で両局をもやらなければならない。その時間は6分間とする。従って、摔跤は心臓血管系統と呼吸を促進し、血行の循環及び健康にもとてもよいのである。

摔跤は先ず立ち摔跤から始まり、相手を倒すには、自分のバランスを取り、相手のバランスを崩すのである。特にプロレスの一本背負い、ブリッジ及び座り摔跤の前方回転等の技は自分のバランスをとった上で相手を崩すものである。

このほかに、摔跤は、軍事の方において、特別の価値があると言えるだろう。総じて、摔跤は、身体活動を促進することができるだけでなく、

機智，勇敢，頑強，果斷な意志，敏捷，速度，耐力等の面において，有効であると言えるだろう。

その七．摔跤は人に危害を与えるか。

摔跤は中国，各種族全体に深く愛されている。体を鍛える一つの手段でもあるが，摔跤は人を傷害すると心配している人もいようであるが，実は摔跤の要領を得て，摔跤のルールに従ってやれば，怪我等を避けられると言えるだろう。例えば，最初，摔跤を練習する時に，先ず，頭下げ，腹筋運動，背筋運動，屈伸，肘関節をきたえ及び飛込み前転，飛越え前転等の動作を練習しなければならない。また，着地の時，手の指が内側に向けて，肘を曲げて，息を詰めて，自然に着地といった要領を身につければ，怪我等は避けられるものである「相手を倒すには，先ず倒される練習をやらなければならない」という言い方がある，従って，初めての練習の時は先ず着地動作から練習すべきである。同時に相手を大切にしなければならない（柔道の受身も同じ）。

摔跤は厳しいルールのもとに行なわれているものであるため，反則動作は固く禁じられている。例えば，反関節，まえ蹴り，後方蹴り，急所，又は吐群部の締め付け，且また，相手を持ちあげ，下向きに投げたり，自分の手，肘，膝頭等で，相手を突き倒したりすることは，絶対に許されるものではない，その反則によって，勧告，警告，乃び資格取消し等の罰を与える。

このほか，摔跤は，体重によって，10階級に分けて，行なうので体重差が小さくなれば，力もそれほど違うものではない。

つまり，正しく摔跤の要領を得，基本に基づき，練習さえすれば，怪我等は避けることができるものである。

その八．摔跤はなぜ，体重によって階級を分けるか，

中国式摔跤は何時頃から，体重により，階級を分けたのか。

摔跤の目的は相手を倒すことにある。力が大きければ，簡単に相手を倒すことができると言えるだろう。普通は，背の高い選手は背の低い選手よ

り力が大きい。人間の力は、筋肉の質と量によって決めるものである、筋肉の重量は体の比重に相当な比例を占めている、通常は筋肉が体重の42%を占めている。つまり、背が高ければ、筋肉も発達している、体重も重く、また、力も大きいのである。例えば、48キロ級の選手は、その筋肉重量が約20.16キロで、100キロ級の選手は、その筋肉重量が約42キロほどである。両選手の体重が約倍ぐらい違い、勿論、筋肉も倍以上ほど違って、力も随分違うのである。こういうことで、体重によって、等級を分けなければ、たとえ、48キロ級の選手がいくら強くても、100キロ級の選手に敗けるに違いないと言えるだろう。

従って、摔跤は、よりよい合理化、よりよいわざを発揮するために、体重によって、階級を分けなければならない。

新中国が成立後、1953年天津にて行なわれた「全国民族形式体育実技大会」において、中国式摔跤は、体重によって、5階級に分けて、試合を行った。体重をより一層合理化し、中国式摔跤を促進し、また国際摔跤（レスリング）の階等級に一致させるために、1957年中国式摔跤は八階級に変えたのである。その後、国際摔跤が10階級に変わったことに對し、中国式摔跤も1978年に10階級に変えたのである。

摔跤は体重を除き、年齢によっても組を分ける、即ち青年組と成年組、青年組は、18才から20才迄、成年組は20才以上。

その年齢割表は下記の通り、

青年組体重分け		成年組体重分け	
46キロ	62キロ	48キロ	74キロ
48キロ	68キロ	52キロ	82キロ
51キロ	74キロ	57キロ	90キロ
54キロ	82キロ	62キロ	100キロ
58キロ	82キロ以上	68キロ	100キロ以上

その九. 中国式摔跤と国際^{レスリング}摔跤の摔跤とはどう違うか、またなぜ摔跤衣を着るのか

中国式摔跤衣（^{ダレン}稽縫とも言う）と国際摔跤衣とはどんな違いがあるか。

中国式摔跤衣は半袖で、腰帯び（図3）がある、国際摔跤衣は上、下ワンピースになっているものである（図4）。中国式摔跤衣は腰帯びが6重の綿布で縫製したもので、背中と腰以下の部分は4重の綿布で縫製したものである。腰帯びの長さは、その摔跤衣の大きさによって決め、幅が2.5ミリとする。国際摔跤衣は木綿又はナイロンで縫製したものである。中国式摔跤衣と国際摔跤衣はそれぞれ、特、大、中、小4種類に分けている、中国式摔跤衣は柔かくて、丈夫であるが、国際摔跤衣はしっかり身につける。そして中国式摔跤衣には黄色（白色）と青色の2種類がある、国際摔跤衣には赤、青の2種類がある。中国式摔跤は摔跤衣と腰帯びを掴まえることができる。それに対して相手がそれを切るときに相当な力を使うため、摔跤衣と腰帯びが丈夫でないと破れやすくなり、また、わざの発揮にもある程度の影響を及ぼすのであろう。国際摔跤は摔跤衣を掴まえてはいけないため、しっかり身につけなければならない。

その十、中国式摔跤は、1回に何局があるのか、1局の時間はどのくらいか、

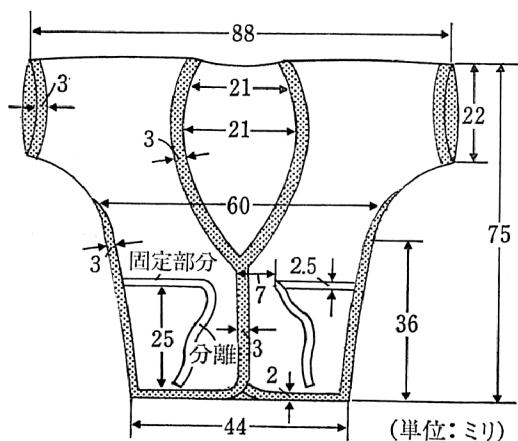


図3

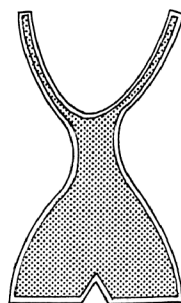


図4

中国式摔跤は最初、時間と局の制限がなかったがその後、勝負を判定するために、三勝二敗、又は、五勝三敗と決めた、この勝負の判定方法はとも不合理なのである。思いがけなく勝負のつかない場合もある。これは本当の力と敢闘精神を十分に発揮することが出来ない。

1953年、「全国民族形式体育実技大会」において、三勝二敗にし、1局に3分間とすることに決めた。更らに摔跤の発展を促進するために、1960年「太原全国中国式摔跤選手大会」において、新しい勝負判定方法を決めた。即ち「着地」状況に応じて、1点又は2点という得点基準を決めた。最後は得点の多い者が勝ちとする。両局の間の休けい時間は、1分間とする。その後、更らに3点という得点基準を補足した。摔跤を発展させるのに大変役立ったのである。

その十一、中国式摔跤には審判員は何名いるのか、また

どんな役割をしているか。

中国式摔跤は、審判員4名、その中に審判長が1名、場内審判員が1名、側面審判員が2名、合計試合は4名の審判員で行なうものである。

審判長の責任は審判員を指導するものであり、試合開始前に場所と必要な道具をチェックすることに責任を負う、試合終了後、記録カードを集め審判と著名に責任を負う。審判中において、疑問が生じた場合、自分の意見を発表の上、他の審判員と共同協議し、決定するものである。

場内審判員の責任は試合中において、選手の行動を指導する、例えば、「開始」「終了」「一時中止」(タイム)等の号令をかけ、又、選手の得点、反則、消極、及び罰則等を判定し、そして、記録に従って試合の勝負を発表し、記録カードに著名する、又試合開始前に選手の体重を計り、服装の点検等に責任をもって行なうものである。

側面審判員の責任はそのつどの勝負状況に対し、すみやかに自分の意見を述べ、そして、選手の場合内における行動を観察し、ただちに場内審判員に合図を伝える。

中国式摔跤は得点、反則、消極等の判定は主に場内審判員と側面審判員

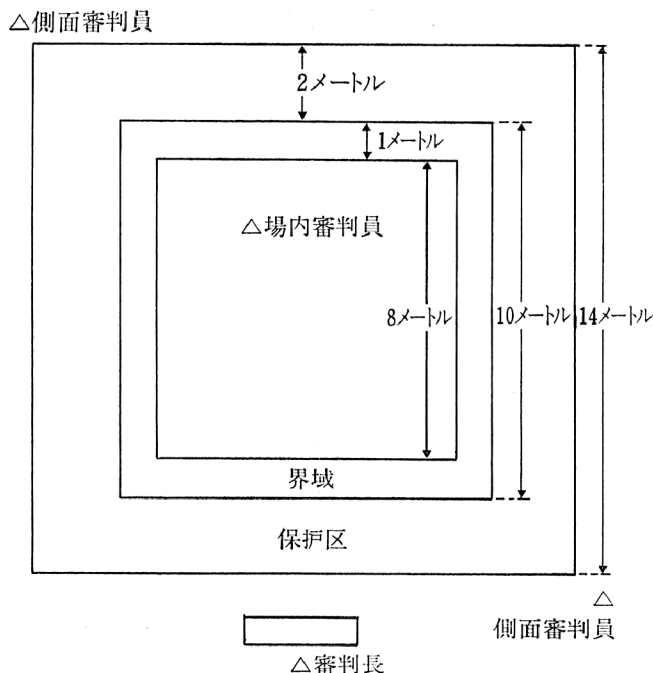


図 5

によって、決定する。重大な問題がなければ普通、審判長は、場内及び、側面審判員の判定に干渉しない。

場内、側面審判員はそれぞれの固定位置がある（図 5）

その十二．中国式摔跤はどのようにして得点を判定するか。

中国式摔跤を観戦する時に、よく、一方の選手が 1 点、2 点、又は 3 点を得た、或は、両方とも得点なしというシーンが見られる。これは何にもとづいて点数を判定するか、これは選手の使用した技でまた着地状況によって判定したものである。

1 点を得た場合

- 1) 相手を倒し、手、肘、膝等が地についた時、
- 2) 相手を倒したときに自分も着地した（但し、相手に引き倒されたのではない）時。

3) 双方同時に着地したが、相手の上にある時。

4) 相手が1回警告を受けた時。

2点を得た場合

1) 相手を倒し、体を着地させること、自分が立っているのに手で相手をささえた時。

2) 寝わざを使用し（俗名は^{ジョードホ}小得合と言う）相手を倒しかつ又、その体を地につけた時

3点を得た場合

相手を倒し体（肩、背中、胸、大腿部、腹部）及び頭部を地につけた時、又はころがらせるのに、自分は依然として、立ち姿勢を保った時、以上の方法で相手を倒した時、たとえ、その後相手に引倒されても、依然として3点を得ることができる。

両方得点なしの場合

両方が同時に着地する時、つまり着地の後先がわからない場合は、両方得点なしとする。（同体）

その十三．中国式摔跤には審判員の手真似は何種類あるか。

中国式摔跤を見て、その勝負の判定がわかるにはその得点標を除いて、審判員の手真似があるが、それぞれ、何を意味するか等は分らなければならない、場内審判員の手真似は下記の如く、

1. 試合開始 試合開始前に、両手をやや斜め上に両側へ伸ばし、手のひらを前に向いて、場内の両選手を両端に分ける、そして「準備」（ようお願い）と号令を掛ける。両手が体の前で交差する時、「始め」と号令をかける（図6）

2. 「一時中止」 片手を前に伸ばし、選手に（親指が上に向いて、五本の指が並んで伸ばすこと）向って、同時に「ストップ」（止め）と号令をかける（図7）

3. 「得点」片手を平に伸ばし、手が得点の選手に向って、そして肘を屈げ、前腕を上げて、手で得点表示板をさすこと、1点はひとさし指でさ

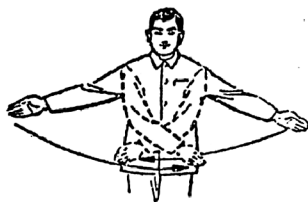


図 6



図 7

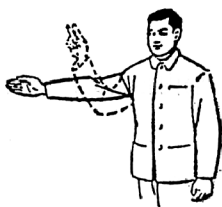
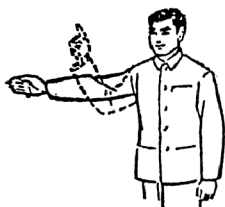


図 8

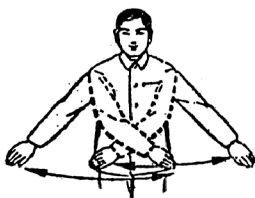


図 9



図10



図11

す。2点はひとさし指と中指でさす、3点は親指、ひとさし指、中指でさすこと（図8）

4. 「引分け」両手を体の前にやや下に傾けて、手のひらを後に向けて左右に交差して、振ること（図9）

5. 「勸告」片手の肘を屈指、上に挙げて、5本の指を並べ、手のひらを前に向け、消極の選手をさすこと（図10）

6. 「警告」肘を屈指、上に挙げる、そして、拳を握って前に向け警告を受けた選手側に向けること（図11）

7. 「試合終了」「勝負の発表」場内審判員は両選手の間に立って、審判長に向って、勝ち選手の手を上を持ち挙げること。

側面審判員の手真似は下記の如く

1. 「得点」片手を下に傾けて、手のひらを下へ向けたら青選手得点とする。また、手のひらを上へ向けたら白選手得点とする。同時に手の指を伸ばしたら、得点数を表示すること。
2. 「引分け」両手が腹部の前で交差すること、
3. 「消極」消極選手の摔跤衣と同じ色の札を持ち上げて表示すること、
4. 「一時中止」手を上げて、場内審判員に合図を伝えること。

その十四. 中国式摔跤はどんな試合方法を採用しているのか。

またどのようにして個人順位を決めるのか。

試合規定によれば、摔跤試合の方法はその参加人数によって、点取リーグ戦、グループリーグ戦、シングルトーナメント及び三勝二敗トーナメント戦といった試合方法を採用している。

順位決定（リーグ戦）は、下記の規則に従って、決めること

1. 全試合が終了後、選手の累計点数によって、（即ち、点数の総計）点取順位で決める、つまり、累計点数の多い者が勝とする。
2. 両選手の累計点数が同じである場合は、両選手の試合中における勝負によって、順位を決め、勝ち数の多い者が勝とする。
3. 両選手の累計点数が同じであるまた、その試合結果が引分けである場合は次のことによって、決定すること。
 - (1)両選手が試合中において、優勢勝ちを得た回数によって、順位を決める。
 - (2)優勢勝ちがなく又は、その回数が同じである場合は、試合中において受けた処罰の回数によって、順位を決める。
 - (3)処罰なし又は、その回数が同じである場合は、予選又は決勝戦の累計点数によって、順位を決める。
 - (4)両選手の点数が同じである、且つ決勝戦も同じである場合は予選時の

体重によって、体重の軽い者が勝とする。

4. 両選手の以上の点数が同じである場合はその間の勝負によって、順位を決める。
5. 両選手の以上の点数の結果が同じであり、且つリーグ戦も互に勝った場合は、第3条の(1)(2)(3)項によって、順を追って、決める。
6. 予選又は決勝戦に参加した回数が半分以下の場合は、すべての成績は無効とする。該選手と試合を行なった相手選手の成績も無効とする。
7. 予選又は決勝戦に参加した回数が半分又は半分以上を超えた場合は（例えば、6回とする場合は、3回又は3回以上を終らせたもの）その累計点数によって、順位を決める、その他、まだ行っていない試合は棄権として処理し、相手選手を勝と判定とする。

十五、中国式摔跤には、どのような着地姿勢がいくつあるのか。

初めて、中国式摔跤を練習する時に、先ず、着地姿勢から覚えなければならないその主な着地姿勢は、下記の如く

ころがり着地：着地の時に、頭を下げ、胸をそらし、腹をおさえ、脚屈伸展等の要領を得なければならない、同時に手で頭を抱いて、かがみ込み動作をすること。着地時の衝撃力を減少させるためになるべく体を楕円形にすること、その種類は下記の如く

- 1) 前方着地：上述のころがり着地。
- 2) 左前方着地：左構えから始まり、上肢を前に傾け、両膝を曲げるそして、左手を前に右手を後ろにして、手のひらを内側向きに伸ばし着地する。続いて、すみやかに肘を曲げて、頭を下げ、かかみ込んでころがる、左肩が先に着地し、続いて背中が着地する。
- 3) 右前方着地：方法は左前方着地と同じであるが右構えから始まり着地する。
- 4) 左後方着地：左構えから、頭を下げ、膝を曲げて、かかみ込んで左後方に着地する。左の手ひらを内側向きに伸ばし、体の左後方へ地につけるとすぐ腕を曲げて、体を左後方へ着地させる。

- 5) 右後方着地：方法は左後方着地と同じであるが右後方へ着地する。
- 6) 後着地：後回転と同じであるが、腕と背中が同時着地し、その時息を止める。

支え着地：体が直立姿勢から前に倒れ、両腕がやや曲がって、手のひらを伸ばし、そして、両手が地につくとすぐ腕を曲げて着地瞬間の衝撃力を緩和させる。すべての動作過程において、頭を上げて、そして息を止めて、全身の力を使わなければならない。

着地練習の時、下記のことには注意すべきである。

- 1) 着地の時、接触面積を大きくすること、
- 2) 着地の時、全身を緊張させ、内臓にショックを与えないようにすること
- 3) 手が地につく時、手の指をやや内側に向け、また肘を曲げること、
- 4) 倒された時、すみやかに相手から手を放し、たたかれて怪我をしないようにすること。

着地練習の時、なるべく、基本動作から始まり、次第に難度を増し試合状況に合わせるように練習すべきである。

その十五、中国式摔跤を練習する時には、なぜ基本動作を練習するのか、またどんな基本動作があるのか、如何に練習するのか。

摔跤の基本動作は、摔跤のわざを高める重要な手段であり、即ち技術を高めるのに重要な手段でもある、従って、最初から必ず、摔跤の基本動作を身につけなければならない、では、摔跤の基本動作にはどんなものがあるのか、総じて言えば足、腰、腕、及び総合動作等がある。

摔跤の基本動作を練習する時には素手と機械の二種類の練習方法がある。

次に、主な基本動作とその練習方法を紹介する。

腕の基本的動作：腕の力と持久力を鍛えること。

1. 腕立伏（図12）
2. レンガ上下、（図13）、アレーで練習も可、

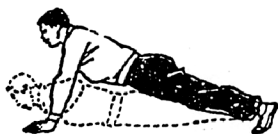


図12

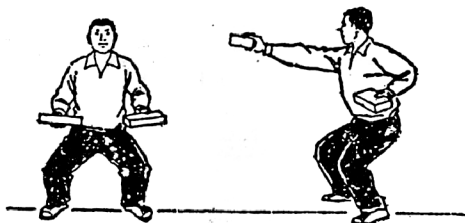


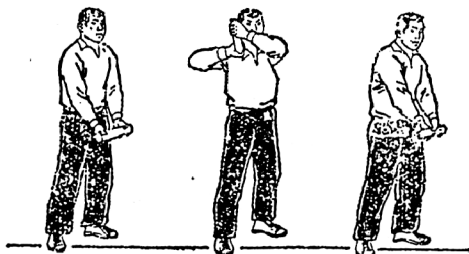
図13



図14



図15



1

2

3

図16

出す時には素早く、早いスピードで前に出すこと。

3. 棒巻き：木制又は鉄棒を使用する。円形、表面が滑らかで、長さ26～30センチ、直径5～6センチ、

(1) 棒巻き：両手で内側又は外側に回して、棒を回転させること（図14）

(2) 棒の重量巻き：棒の中央部に重いものを結び、両手でその棒を上下

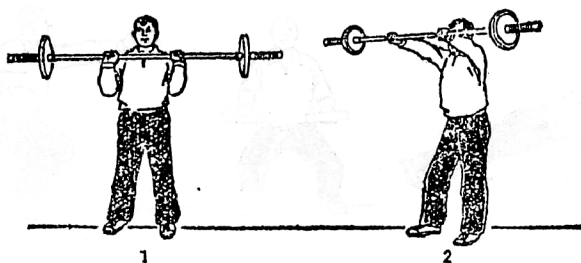


図17

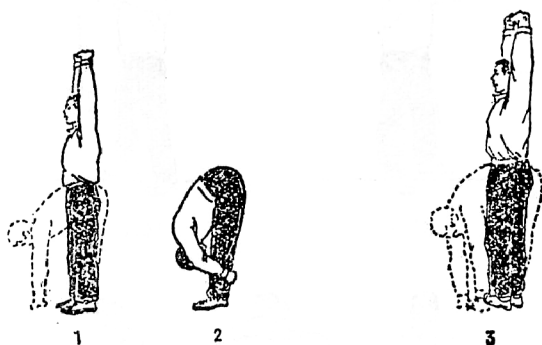


図18

に繰返し、数回、巻きつけること（図15）

(3) 棒の上下左右回り：両手で体の前で棒を握り手のひらを向に向いて両手が右上から右肩まで上、下、に上げ、右手で内側へ回す、そして、両手で下へ押し、両腕は直ぐ伸ばすこと（図16）

続いて両手が左上から左肩まで上下に上げ、右手で外側へ回し左手で内側へ回す、両手で下へ押し、両腕を直ぐ伸ばすまでにする、繰返し、左右交替で練習すること

4. バーベル押し、押す時は、早いスピードで前に出すこと（図17）

腰の基本動作：腰の力、柔軟性及び肩関節の敏捷性を鍛えること。

1. 腰前方屈伸（図18）

2. 腰前方つき（図19）



図19

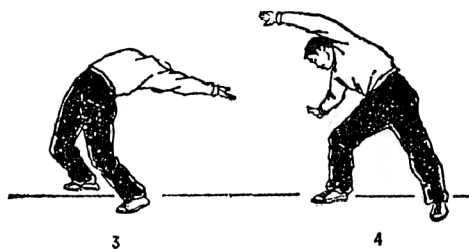
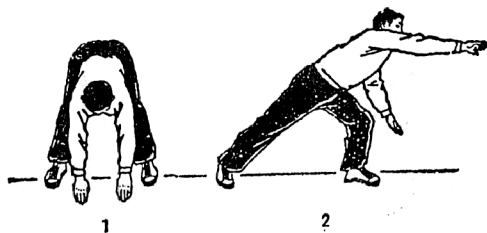


図20

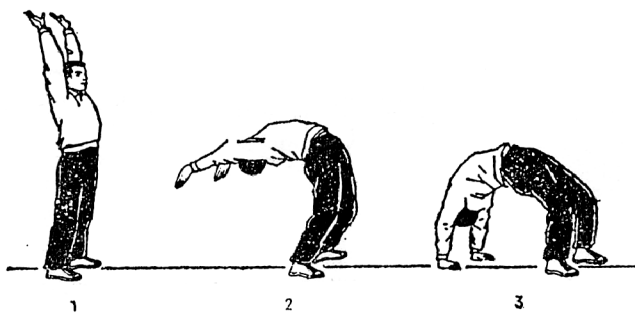


図21

3. 腰回り（腹，背中回り 図20）

4. 背伸び（図21）



図22



図23



図24



図25



図26



図27



図28



1



2

図29

足の基本動作：主に足の力，持久力及び足の敏捷性を鍛えること。

1. 足の押しつけ：正面（図22）と側面（図23）に分ける。



図30



図31

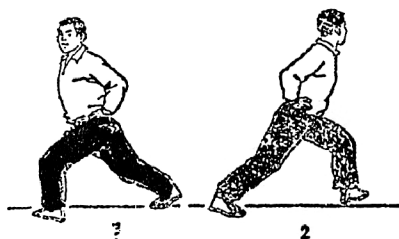


図32



図33

2. 横股開き (図24) 縦股開き (図25)

3. 足蹴り

(1) 正面足蹴り (図26) 側面足蹴り (図27)

(2) 蹲み足蹴り (図28) 外足回し (図29)

(3) 後足蹴り (俗名は、^{ボオーチウイ} 跑腿 という 図30)

(4) 左右足蹴り (図31)

(5) 足回し (俗名は^{ダザマンズ} 大鉗子, 又は, ^{ダウマンズ} 大挽桩 という) 両足を左右に開きやや肩巾と同じにする。両手は腰の両側につけて、左足を伸ばす、両足のつま先を軸にして、かかとを回す、右膝を屈め、弓形に曲げる、回す時に、左足を後へ伸ばし、右膝を前にする。そして体を回転する時に両足が地面を離れず、右足を伸ばし左足を弓形に曲げる。左右交差で練習すること (図32)

(6) 足回し (俗名は、^{シヨウザマンズ} 小鉗子, ^{シヨウウアンズ} 小挽桩 という) 両足を左右に開き、やや肩巾と同じにする、両手が腰の両側につけ、両足の足うら

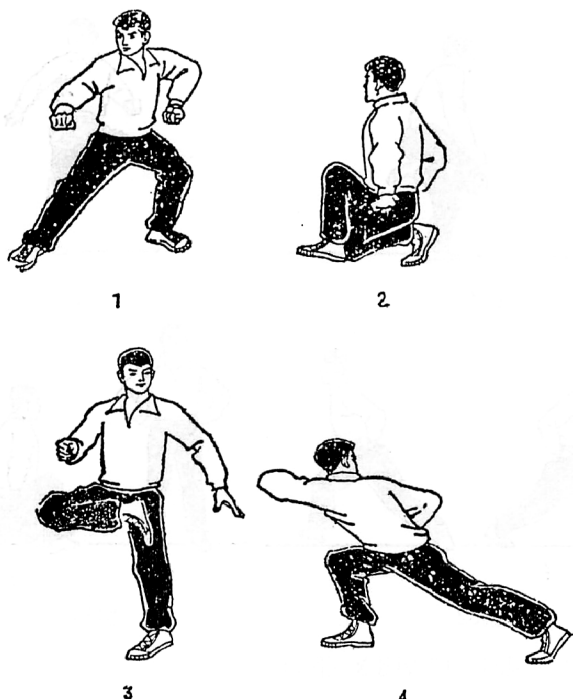


図34

を軸にして、右足のかかとを内側へ横から回す、かかとが地面を離れず、左足のかかとを外側へ回し、膝を屈め、深く屈む左膝を右足の外側につけて、臍かずに左足のかかとを上げて、立ち上がる。続いて左向きに回し、そして、深く屈む、左右交替で練習すること（図33）

- (7) 足拔出し：両足を左右に開き、やや肩巾と同じにする。右足を左前方へ伸ばし（図34の1）、左足を後ろへ下げて、両足が同一横線に立って、深く屈む、そして、左膝を右足の外側につける（図34の2）立ち上げる時、左足のつま先をを軸にして外側へ回しながら体を右へ向ける右足が左膝の上から取出して、右後方に踏み入れる、右膝を屈め左足を弓形にしっかり引っ張る（図34の3、4）。同時に目を右後方に向ける左腕は右前方へ伸ばし、右腕は右後方へ引っ張る。そして、右

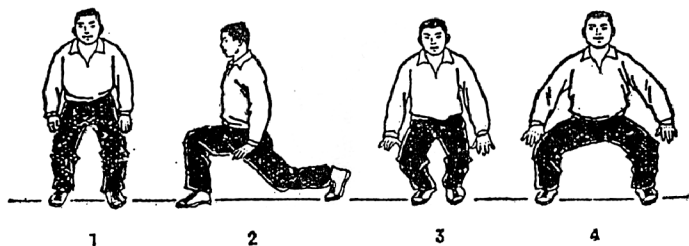


図35

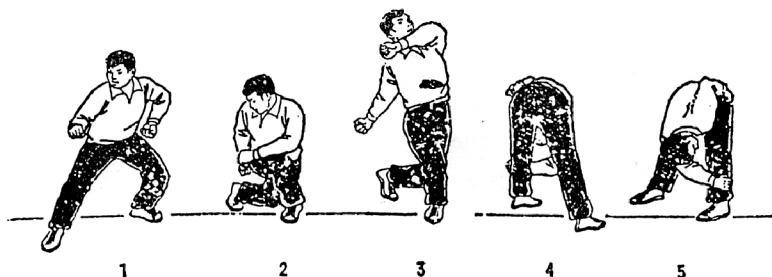


図36

足を後ろへ下げ、両足を交差し、深く屈む、左足を拔出して、両足は交替で練習すること

- (8) 八面飛びタイオーバーステップ（俗名は跡八扇という） 両足を左右に開き、やや肩巾と同じにする、両膝を少し屈め、両足で同時に飛び上がる、着地の時、両足を揃え、半分屈み姿勢にする、そして、両足で更らに飛び上がって弓形又は、左右に開き立つ、繰返しそれぞれの方向を変えて、練習すること（図35）

総合動作：摔技の攻撃と防御の練習である

1. 素手練習：（俗名は崩子という） 両足を開き、弓形に曲げて両手で拳を握り、体の両側に置く。右足を左前方へ踏み出して、右手は前へ伸ばして上げる（図36の1）。左足を後ろに下げて、右足の外側に入れて、屈む、両腕を体の右側で振り回す（図36の2）、それと同時に両足の足うらを軸にして、体を左へ回転し（上肢がやや後ろへ抑ぐ）、両足を直ぐ伸ばし、上肢を前へ傾ける。そして、両手が右肩の上方から左の下方



図37

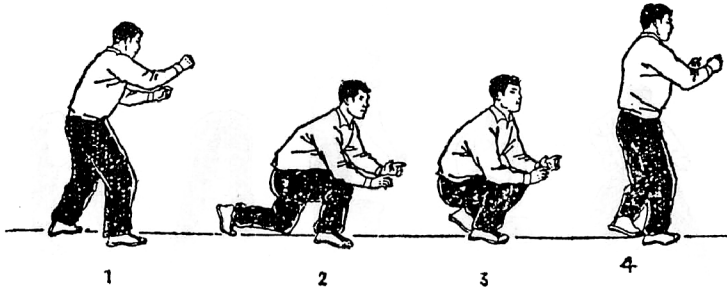


図38

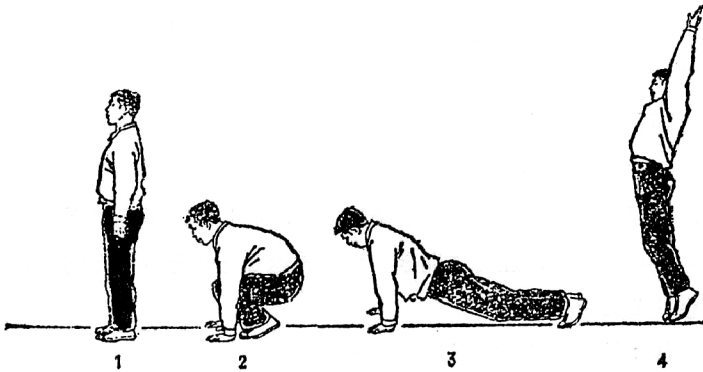


図39

に振り回し、左手体の左側で拳を握り、右腕は体の前で肘を曲げながら、顔を左へ向ける（図36の3, 4, 5）こういう順で、左に変え左右交替で練習すること。

2. 足蹴り（俗名は^{レンゴ}扔勾子^ズという） 右構えにし、左足は少し屈んで、右足が地から離れ、左足の前につける、そして、後上方へ足を伸ばし、し

っかり蹴る。同時に左足を直ぐ伸ばし上体を前へ傾けて、左に顔を向ける、こういう順で左右交替で練習すること（図37）

3. 足抱き：右構えにして右足を前方へ踏み出して、左足をすぐ前方へ伸ばして揃える、そして深く屈んで両手で足を抱いて、胸を張って、早く立ち上がる（図38）繰返し左右交替で練習すること。

4. 腕立伏、伸上がり（図39）

総じて、摔跤の基本動作には、内容が極めて多いのである。上述はただ一部だけである。基本動作を練習する時に順を追って練習しなければならない、個人がよく使用するわざを重点に練習すれば尚よい、毎日練習すれば、自然にうまく身につくことができる。

その十七. 中国式摔跤には攻撃と防御には何種類あるのか。

中国式摔跤は攻撃と防御のわざが複雑で、種類も極めて多いのであるがすべてのわざは、手、腰、足の組合せによって完成したものである。よく使用されているわざは、次のような種類がある。

1. 両足抱き 相手の右構えに対し自分は右構えにする右足を相手の両足の間に挿入し左足もすぐついてくる、そして、下に屈んで両手は外側から相手の太股を抱きしめて、右肩をしっかりと相手の腹部へ付け、頭部を相手の右側にしっかりとつける。そして、胸を張ってすぐに立ち上がって相手を後ろに倒す（図40、黒色は攻撃者、白色は防御者である）

相手を持ち上げて、相手の後ろへ倒れる勢いに乗じて倒すこと（図41）

返しわざ 足で相手を着付いたり又は後ろへ後退し、右足でわざを使う

2. 足とり（俗名は、^{ボオ ダ テウ}抱大腿、^{ズンガン}鉗杠という）二人とも右構えである。右足を相手の両足間に挿入し左足を相手の右外側に伸ばし、下に屈む、そして、右腕を相手の股に入れて、右手で後から相手の右股を持ち上げて、左手で外側から相手の右太股を抱きしめる、次に、頭部の

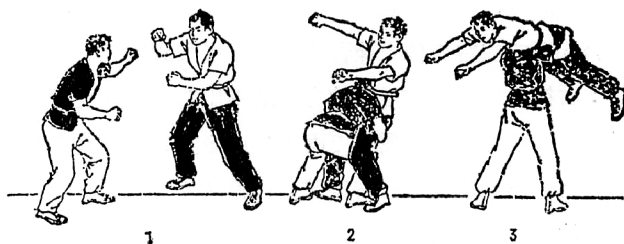


図40

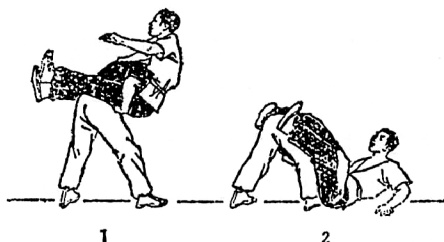


図41

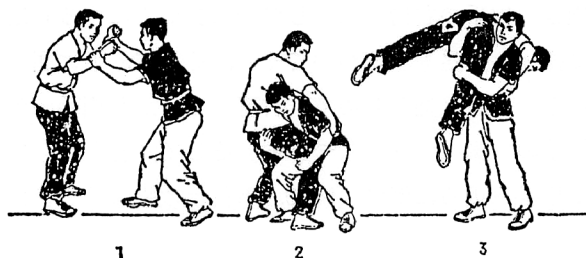


図42

右側を相手の右側にしっかり突き当てて、胸部は相手の腹部と太股に当てるそして胸を反らし頭を上げて、すみやかに立ち上がる、その瞬間に相手を持ち上げる（図42）。

相手が後ろへ倒れそうならば、その勢いに乗じて前へ傾けると同時に左へ回転する、そして、右肩で相手の腹部を突き当てて、左手は、右後方へ相手の右足を引っ張って、倒すこと（図43）

返しわざ 右足を相手の股に挿入し、右手で相手の頭と首をしっかり

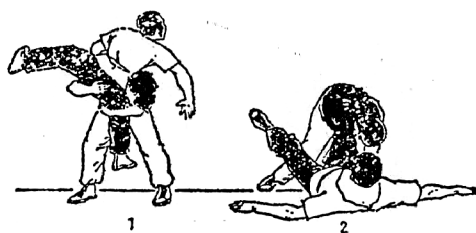


図43



図44

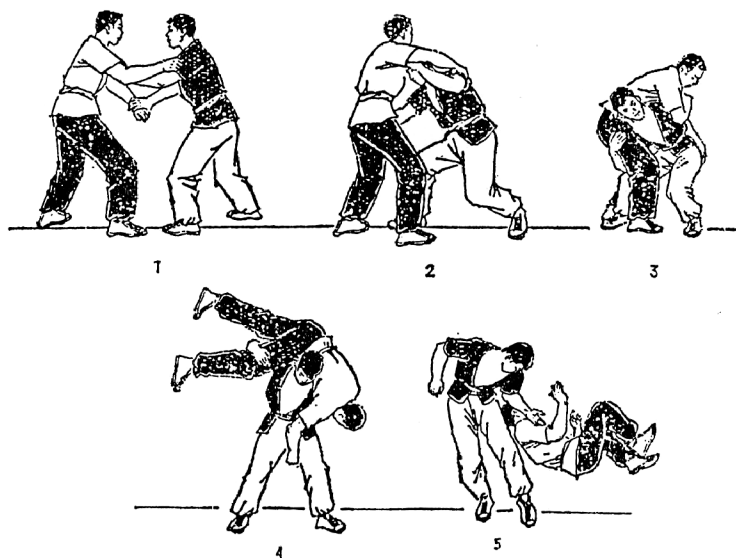


図45

押えて、左手が内側から右上方へ相手の右膝を持ち上げる、そして膝を曲げて、右へ体を回す。(図44)

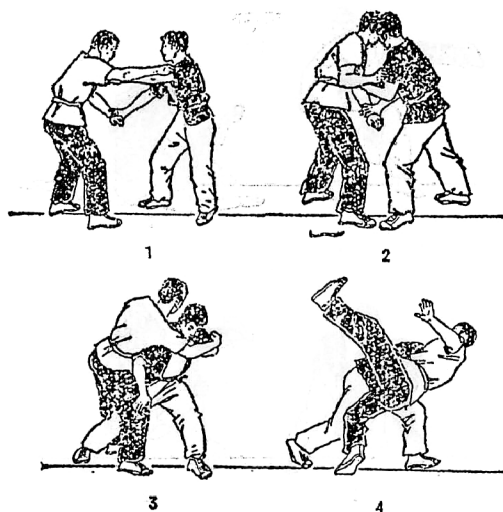


図46

3. 袖取り，足取り 相手の右構えに対し左構えをする，左手で相手の袖を取り，左後方に引っ張る右足を相手の両足間に踏み入れて，下に屈む，体を前へ傾けて頭が相手の右脇をくぐって，右肩で相手の腹部を突き当てる，同時に，右手を相手に両股の間に入れて，右太股を抱き締めて胸を反らしながら立ち上がる，そして，相手を担いで，左手で下へ引っ張って体を左へ傾けると同時に右手を放し相手を倒す（図45）（肩車）

返しわざ 右足を後へ下げて，右下方へ相手をしっかり押える又は右足でわざを使う。

4. 袖取りの手わざ 二人とも右構えである。左手で相手の袖を取り，右手で相手の左腕を逆握り，左手でしっかり，右後方へ引っ張る，そして，左足を相手の右足前に伸ばし，膝を曲げる，右足を相手の両足の間に挿入し弓形に反らす，右腕をしっかりと相手の腹部へ突き当てたり，左手で左後方へ引っ張ったり右手で前から相手の右膝をしっかりと押えたりする。そして，左へ体を回しながら，顔を横に向ける（図

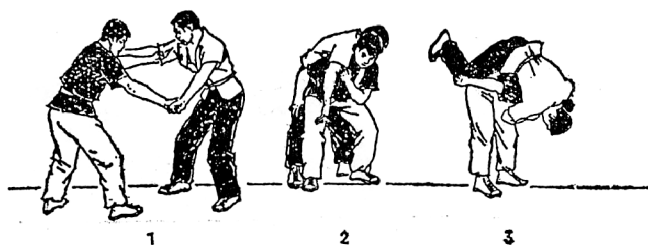


図47

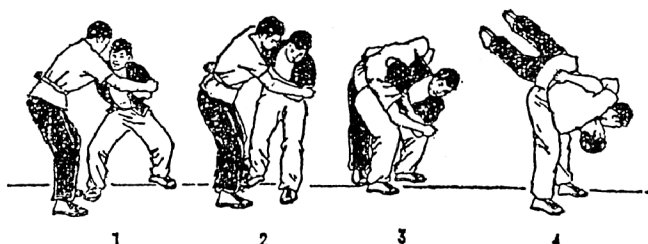


図48

46)

返しわざ 右足を伸ばし、右手で右後方へ引っ張って、左手は後ろから相手の右太股を持ち上げて、右へ体を回す又は左足でわざを使う。

5. 袖取り, 1本背負い (俗名は揃ツウエという) 二人とも右構えである。左手で袖をり、右へ引っ張り右足を横に伸ばし、相手の右足前に入れ左足を後ろにして、相手の左足前に入れて、膝を曲げる。右肩を相手の右脇下へ入れて、でん部を、相手の太股に当てる、左手で左下方へ引っ張って、足に力を入れて、体を前へ傾けながら左へ顔を向ける (図47)

返しわざ 右足を伸ばし左手で後ろから相手の右股を抱いて、右手は右後方へ引っ張る。

6. 帯, 袖, 取り, (俗名は, 入ル, 搦ウツ, 拱ゴウ子, 倒ダウという)

相手の左構えに対し自分は右構えにする左手で袖を取り、右手で後帯を取る。そして、両手で、右上方へ持ち上げて、右足は相手の右足の

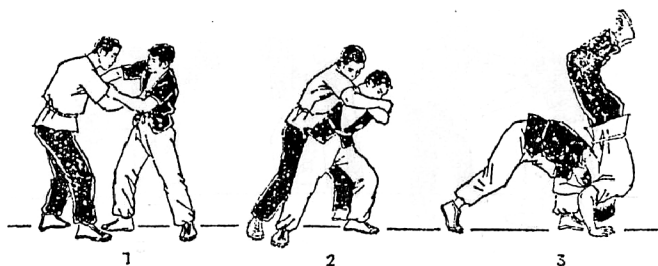


図49

内側に入れて左足は相手の左足の外側に踏み出す、続いて、背中を相手に向け、下に屈み、でん部を相手の太股に当てて、しっかり力を入れる、同時に、体を前に傾けて、右手で上へ持ち上げ、左に体と顔を回すこと（図48）（大腰）

返しわざ 相手を抱く或は相手が右足を伸ばそうとする前に先に左足を踏み出すこと。

7. 前襟と袖取り 二人とも右構えである、左手で袖を取り、右手で前襟を取る、左足を左前方へ伸ばし、右足をやや左前方へ移し、右足かかとを上げながら外側へ回す。両手で右下方へ引っ張って、相手の体を前に傾けさせると同時に左へ体を回しながら右足を伸ばし、弓形に曲げる、両手は右肩の上へ持ち上げて、右肩は相手の右脇へ入れて、右肘が外側に抜ける。相手を自分の右肩及び背中にかける（着物をひっかけているように）両手に続いて前下方へ引っ張って体を前に傾けながら顔を横に向けて倒すこと（図49）（背負投）

返しわざ 相手が前から引っ張る時に先ず膝を屈め、右前方へ足を伸ばし、右手は右後方へ相手を引っ張って、左手は後ろから相手の右股を持ち上げること。

8. 袖口取り（俗名は、切^チという） 二人とも右構えである、左手で袖を取り右手を返し又は相手の左手を取る、すると、左手で右へ引っ張って、左足を相手の右足の外側へ踏み出す、膝を屈め、更らに左手で左後方に引っ張る。そして、右足が左前方から、相手の右足の後へ回



図50



図51

し、更らに後へ伸ばし相手の右足を食い止める、同時に右手は相手の左肩の上に伸ばし、しっかり下へ押える、左足を伸ばし体を右へ傾けて、右脇と胸で相手の左肩と首を押さえること（図50）

返しわざ 左へ体を回し、背中で相手の攻撃を食い止めること。

9. 横襟取りの足わざ（俗名は、^ダ得合^ホという） 相手は左構えで自分は右構えにする、左手で帯を取って、右手で横襟りを捕まえる。左手で後ろへ引っ張りながら左足を相手の右足の内側へ伸ばし、やや膝を屈める、右腕で相手の胸部を押さえると同時に、右足を相手の両足の間へ入れて、膝を屈め、右後方に相手の左足又は膝にわざを施す、体を前に傾けて、やや右へ回すこと（図51）（大内刈）

返しわざ 相手が足を伸ばしわざを施そうとする時に自分は足を縮めると同時に左へ体を回転し、両手は左下方へしっかり引っ張ること。

10. 跪いて袖取り（俗名は、^シ得合^ホという） 相手は左構えで、自分は右構えである左手で袖を取って下へ押す、右手で相手の左腕を握り、同



図52



図53

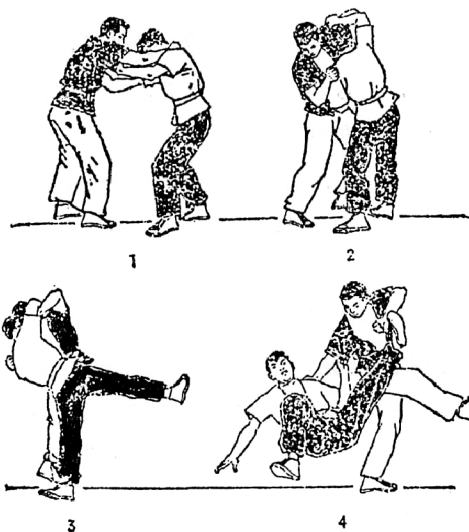


図54

時に左足を相手の右足前に伸ばし、下へ屈む、そして右足を相手の両足の間へ挿入し円を描きながら挟んでいく、太股とすねで左足をしっ

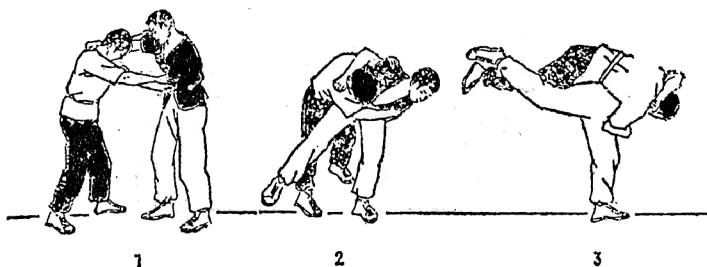


図55



図56



図57

かり狭んで、右手は相手の左すねを握り、体を前へ傾けて、右へ回転する胸で相手の太股を押さえること（図52）

返しわざ 相手が自分の両足間に足を伸ばそうとする瞬間、左手は下へ屈んで、右手は左下方へ相手の左肩と左腕を押さえること（図53）

11. 袖取り、足蹴り（俗名は、撲脚、蹴脚という） 相手には左構え、自分は右構えである、左手で袖を取り、右手でえりを取る。左足を相手の右足前に伸ばし、右手は上から下へ引っ張って、相手の重心を崩すと同時に右足で相手の左足外側を蹴る、そして、体を右へ回転し目は右手を見ること（図54）

返ししわざ 相手が足を伸ばそうとする瞬間、右足でわざを施すこと。

12. 袖、襟り取り（俗名は、別子という） 相手は左構え自分は右構えである。左手で袖を取って、右手でえりを取る、両手で右後方へ押し、左足を相手の両足前へ伸ばし、膝を曲げ、そして右へ体を回し右腕をしっかり相手の腹部につける。右足は前で振り回しながら、右す

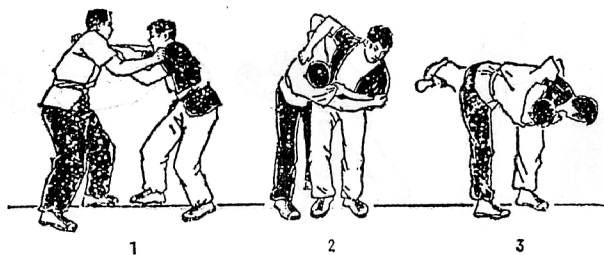


図58

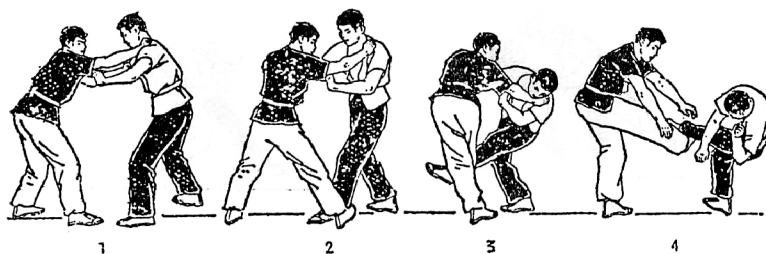


図59

ねで前から後へ相手の右すねを巻きつける，同時に両手は左前方へ引っ張って左足を伸ばしながら，腰に力を入れて顔を左へ向ける（図55）（払い腰）

返しわざ 相手が体を回転した後，左前方へ相手を攻撃し，左足は外側から相手の左すねを刈る（図56）或は，内側から相手の左すねを刈る（図57）（柔道では禁止技）

13. 袖取り，首挟み（俗名は，^ゴ勾^ズ子，^{タイゴ}挑^ズ勾子という）相手は左構えで自分は右構えである。左手で袖を取り，後ろへ押し，右手はえりを捕まえる，左足を相手の両足前へ伸ばし膝を屈曲げる，右腕が相手の首を挟んで（吐群部を圧迫しないこと）体を左へ回し，そして，右太股で後上方へ相手の左太股の内側を上げて，左足を伸ばし体を前へ傾ける，両手は左前方へしっかり引っ張って腰に力を入れて顔を左へ向ける（図58）（柔道の内股）

返しわざ 左足を前へ伸ばす。

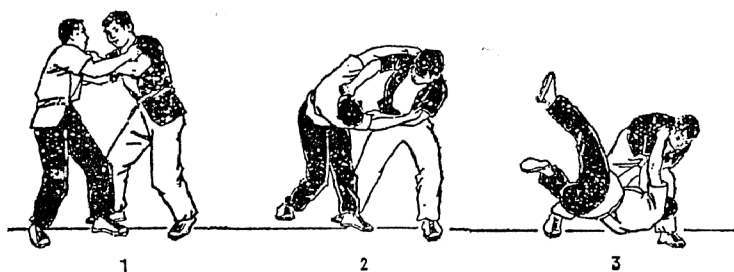


図60



図61

14. 袖取り外側から足払い（俗名は、^ゾ搓という） 相手は左構えで自分は右構えである、左手で袖を取って、右手はえりを取る、左手は右前への押ししながら、右手は下方へ押さえることによって相手を左へ回転させる、右足を相手の左足の方へ伸ばし、後から相手のかかとを払う。すると、左足をすぐ相手の左足前に入れて、両手は続いて、右前方へ押す、右足はまっすぐ伸ばし、左上から相手の左かかとを上げて、同時に右前方へ傾ける（図59）

返しわざ 相手が右足を伸ばそうとする瞬間、左足を縮め、体を左へ回し、右手は相手の右膝を押さえながら、手わざを使用すること。

15. 袖取り、襟りひねる（俗名は、^{ズオ}肘という） 相手は左構えで自分は右構えである、左手で袖を取り、右手はえりを取る、右手で前へ押ししながら、右足を相手の左足の後ろへ伸ばし、左足を相手の左足の外側へ伸ばす。相手の抵抗力を利用して、右手は左下方へ相手の首を押えるそして、左手は左後方へ引っ張って、体を左へ回し傾けること（図

16. 横倒し，二人とも右構えである，左手で袖を取って，右手で相手の左手をコントロールする。左手は後ろへまわして，同時に左足を相手の右足の外側へ伸ばし右足を直接相手の両足の間に挿入する，膝を屈め，右すねで，体を回す，左足で膝を屈め，右肩と背中中はしっかり相手の胸と腹部に当て，相手の勢いに乗じて，左右の足で，先に倒れる，続いて相手を後に倒させる（図61）（手小内刈）

返しわざ 左足を後ろへ下げて，左へ体を回し，やや前へ傾ける，右腕は左下方へ相手を押すこと

総じて，中国式摔跤は攻撃と防御において，使用するわざの種類が沢山あり，また変化極まりないのである。相互けん制し合うことは一つの矛盾であるが但しある条件において相互の変化による。従って，手，足，腰，体の組合せはとても重要なことであり，同時にチャンスをつかまえて，相手を攻め，且つ攻撃時に防御を注意しなければならない。練習の時に，左，右，両方とも練習を行う方がよい，右と左と同じ動作を繰返さなければならない。

その十八．中国式摔跤にはどんな規則があるのか。

どの様にして勝負を判定するか。

中国式摔跤は悠々な歴史を持っていて，また中国，各民族が親しまれている体育項目の一つである，ではどんな規則があるのか，如何に勝負を判定するかについては，次に簡単に説明する。

中国式摔跤は，14平方メートルのマットの上において，行なうものである，選手は摔跤衣，長ズボン，を身につけ腰帯を締めて，そして足に長靴をはいている。

中国式摔跤は立ち姿勢で始まり，倒れたらすぐ終りにする，その後，立ち直し，再めて始まる。試合時には，摔跤衣，腰帯を捕まえる，及び全身を抱くことができるが，ズボンを捕まえてはいけないうことになる。攻撃者の使用動作及び着地状況によって，1点，2点，3点又は，引分け

を判定する、試合が終った後、両選手の得点数によってその勝負を判定する、得点の多いものが勝ちとなる、両選手の得点は10点で又は一方の選手が3つの三点を得た場合は（合計9点）すぐ試合を中止し、勝ちと判定する、いずれか、この二種類のどれが出て、すぐ試合を中止しなければならない、例えば、第二局の試合中において、青方選手が15点を得、白方選手が5点を得たとする場合、両選手の得点差は10点で、この時、審判員はすぐ試合を中止しなければならない、そして、青方選手を勝ちと判定する。もしも、青方選手が第一局目に二つの3点を得、第二局の始めにまた一つの3点を得た場合とすれば、審判員は直ちに試合を中止し、そして、青方選手を勝ちと判定する。第三局は、そのまま、終りにすること。

中国式摔跤は、両選手が積極的な態度を取ることを要求されている。一方の選手が試合中において、消極的な態度を取る場合は、審判員より勧告を与えられる、それでもきかない場合は警告を与える。警告を3回受けた場合は、本試合の資格は取消しとなる。

試合中において、けんかをしてはいけない、規定によると、危険な動作を使用した場合はすべて、反則とする、その反則状況によって、勧告、警告及び資格取消し等の罰を与えるものとする。

その十九、中国雲南省の摔跤にはどんな特長があるのか。

又、どのように試合を行うか、

雲南省の摔跤は、雲南省各少数民族の最も親しまれている民間体育活動である。彼らは、農繁期、祭日を利用し、常に摔跤を行なっている。特に毎年旧暦6月24日「火把節」（ホバジエ）の時に、摔跤活動はピークになっている、「阿詩瑪」(アシマ)という映画の主題歌には、「貴男が摔跤で勝ったなら、山茶花を刺しゅうして、差上げる」という歌詞があった。これは、雲南少数民族が摔跤を好むことを表わしている、従って、摔跤の名手はよく、女の子に好かれている。雲南省各少数民族はなぜそんなに摔跤を好んでいるかということ、その伝説によれば、昔、二人の勤勉な彝族(イズ)兄弟がいた、ある日、羊を放牧している時に二匹の羊がけんかをしている

ところを見たと、勝負がなかなかつかないのでとても面白いと思ったのである。そして、羊の動作をまねて、互いに摔跤をやった。また両肩又は片方の肩が着地したならば負けと約束した。日が経つにつれて、摔跤が流行してきて、今日に至るのである。

試合の前に、選手であっても、審判員又は、観衆であっても、みな民族楽器を引きながら、民謡を歌いながら、摔跤場に集まる。試合が始まって、審判員が摔跤場内に入ってからすぐ、摔跤をやりたがっている人らに声をかけると、選手と審判員が手に手をとって、摔跤場を一廻りして、場内に入る、両選手が相抱擁し、友好を示す。選手は上半身裸で下に半ズボンをはいて腰に帯を締めている、試合は、全身を抱くことができ、腰帯も捕まえることができる、が半ズボンを捕まえてはいけない、相手を倒し、片肩又は両肩を地につけば勝ちとなる。試合は三勝二敗制にすること、地に1回転がったら某方の選手を勝ちと示すのである、試合は時間の制限がなく、勝者は場内に残って続いて他の選手と試合を行なう、敗けたら、退場する、最後に出場者がいなくなったら、主催側から一人が出場し、勝負を決める。

雲南省に流行している摔跤はよく自由式摔跤に似ている。「雲南抱腿」(インナンボォーティ)は、特長があり、習うに値するものである。

その二十、中国蒙古族(モーク)朝鮮族及び維吾尔族(ウィグル)の摔跤にはそれぞれどんな特長があるか。

蒙古族摔跤は、中国内蒙古地域の蒙古族の伝統的な体育項目の一つであり、悠々な歴史及び独特な民族風格を持っているので、深く広範囲に遊牧民に愛されている、草原において、毎年、夏、秋には遊牧民は、豊年を喜び祝う時に、那慕幕(ナダム)大会を行ない、もっとも喜ばれているのは摔跤である、試合に参加する「布合」(ブホ、選手のこと)は、蒙古族の伝統習慣に従って、腰にリベット嵌めした皮「召得格」(ゾウドゴ、摔跤衣のこと)を身につけ、腰に帯を締めて、だぶだぶのズボンと長靴をはいている、そして人々に壮健な印象を与えている。

「布合」（選手）が二列に並んでいて、声をはり上げて歌いながら、舞い踊って、喜んで場内に入る。その歌の意味は、「選手らよ、早く試合場に来い」という

試合はシングル・トーナメント制を採用する、その選手の人数は必ず2の乗数でなければならない。例えば、2, 4, 6, 8, 16……512等。最大規模は512とする。

試合は摔跤衣と腰帶しか、捕まえてはいけなく、ズボンを捕まえてはいけなく。足わぎの使用はできるが、足を抱いてはいけなく、試合は、体重を問わず、また時間の制限もない、相手を倒せば、勝ちとする、試合が終了後、優勝者の順位によって、それぞれ賞品を与える。

中国吉林省近辺地区の朝鮮族は、豊年を祝う日に、はぎれのような布を身につけて歌ったり、踊ったりして、摔跤と、踏板競争、ブランコの試合を行なうものである。

朝鮮族摔跤は、両選手がそれぞれ自分の右足に帯を結び合っている、そして左手で相手の右足の帯を引っ張って、右手で相手の腰を捕きまえる。審判員が「始め」と号令をかけると、両選手がすぐ、立ち上がり、さまざまな技を施し、相手を倒せば、勝ちとなる、試合は三勝二敗制とする、最後に、審判員が優勝者の頭にカラーシルクテープを結びあげて、勝ちを示すものである。

ウィグル族摔跤は、新疆ウィグル族の好きな伝統体育である、祭日、又は盛会において、必ず、摔跤試合を行う、試合時には、先ず人望のある方を選び出して、審判員になってもらうことにする。賞品は、試合場内に置いてある。審判員は先ず、選手らに激励の言葉を語り上げるその後、民族衣裳を身につけた選手らは、年齢順によって、試合を行なう、年少者が先に試合を行ない、年長者、又は、有名な選手が最後に出場し、試合を行なう。試合開始前に先ず、腰帶を捕まえ合う、審判員は「始め」と号令をかけ始める。相手を倒し、背中を地につけば勝ちとする試合は三勝二敗制であるが、五人を連続倒したら、優勝とする。試合は足わぎ及び足抱きを使

用してはいけない優勝者は、両親又は親友らが抱き上げて、場内に持ち上げていくのである。

以上が中国における摔跤の歴史とその起源そして試合方法及びルールである。

次回は日本の相撲や柔術（柔道）又は他の格闘技等についても触れて見たいと思う次第です。